



ویژگی‌های فنی جام بیست و یکم بهره‌بردن از علوم بدنسازی، ریکاوری و تغذیه

آنچه که جام جهانی در روسیه را از مسابقات سنوات گذشته متمایز کرده بود، سقوط تیم‌های سرشناس و عنوان دار و صعود تیم‌های نه چندان مطرح در مراحل پایانی بود. برای یافتن دلایل این شکست‌ها و بهروزی و موفقیت‌ها، به ویژه نزد تیم‌های درجه دوم اروپایی باید به نکات مهمی اشاره داشت.

در گذشته «ستاره‌ها» تعیین کننده مسابقات و قهرمانی‌ها بودند، اما امروز با پیشرفت علوم بدنسازی و بهره‌بردن از تغذیه مناسب و برخی مکمل‌ها معادلات را به هم زده است. البته بهره‌بردن از دانش پزشکی و تغییر اساسی در تمرینات هوازی و ریکاوری را هم باید به ارتقاء این علوم افزود.

امروز، قدرت دوندگی و جنگندگی و حفظ انرژی در یک تورنمنت و آماده نمودن نفرات در کمترین زمان ممکن، یک مدیریت قوی و کارآمد می‌خواهد. توفیق که این علوم نیاز به داشتن کادر قوی و منسجم دارد. تیم‌های فرانسه، کرواسی و بلژیک به درستی از این فاکتورها بهره‌بردند و برزیل، آرژانتین، اسپانیا و پرتغال هم از فقدان این اصول در تیم خود ضربه اساسی را متحمل شدند.

به عبارت صریح‌تر، تیمی که دوندگی، جنگندگی و پرتلاش‌تر بود و در فاز دفاع و حمله منسجم‌تر عمل می‌کرد، توان مقابله با ستارگان فوتبال دنیا و کم‌اثر کردن آنها را داشت. به همین دلیل بود که کریستن رونالدو، نیمار، لیونل مسی، و ایسکو و اینیستارادر این رقابت‌ها کم‌فروغ و کم‌اثر دیدیم و تیم‌های مقابل با استفاده از اصل مهم دوندگی و پوشش مناسب دفاعی از ستارگان دنیا، باز یکنانی در چه دوم ساختند.

کرواسی را باید نمونه ایده‌آل این فرهنگ جدید فوتبال در عصر کنونی به شمار آورد. آنها هر سه بازی خود در مراحل دوم تا پای فینال را با ۱۲۰ دقیقه پیکار به پایان بردند و از لحاظ بدنی و جنگندگی یک لحظه هم پا پس نگذاشتند. توفیق در این زمینه، برخاسته از کار خوب بدنسازی و بهره‌بردن از مدرن‌ترین شیوه‌های تمرینی پیش و بعد از هر مسابقه است که کروات‌ها به بهترین شکل آن را اجرا کردند. حتی «مودریچ» کاپیتان کوتاه قامت کرواسی هم پا به پای دیگر بازیکنان درشت اندام و فیزیکی تیمش دوید و از حیث میزان دوندگی و جنگندگی در زمین از آنان کم نیاورد. در تیم بلژیک هم «ادین‌هازار» کاپیتان تکنیکی آنها پرتلاش بود و از لحاظ آمادگی جسمانی در بالاترین سطح قرار داشت.

در فرانسه هم «گریژمان» و «امباپه» یک لحظه در زمین آرام و قرار نداشتند و در فاز تهاجمی در زمره بهترین‌های جام بیست و یکم بودند.

در کنار این فاکتورها باید تقابل تاکتیکی تیم‌ها و پوشش دفاعی را هم مد نظر قرار داد. برزیل و آرژانتین اگر چه در فاز تهاجمی عملکرد خوبی داشتند، اما در تاکتیک‌های دفاعی بسیار شکننده و تاثیرپذیر بودند. اسپانیایی‌ها هم با تیکی تاکای خود و مالکیت توپ به روال همیشگی به بن‌بست خوردند و تیم پرتغال هم با وابستگی تیمش به رونالدو به جایی نرسید. در واقع تاکتیک تیمی و دل‌بستن به بازی گروهی و مهم شمردن دوندگی باعث افول ستاره‌ها شد. در این راستا تیم‌های آمریکای جنوبی (برزیل و آرژانتین) و دو تیم اروپایی (اسپانیا و پرتغال) باید به تحولی بنیادین از سبک نمایش و کار تیم‌های گروهی فرانسه و بلژیک تبعیت کنند و جدا از دل‌بستن به تک ستاره‌ها، به کار گروهی و اصول مهم دوندگی و بدنسازی توجه اساسی داشته باشند.

درخواست عجیب وزیر برای معافیت ملی پوشان فوتبال؛

مشاورانی که راه غلط به وزیر نشان می‌دهند!

جام جهانی و نمایش تیم ایران در تقابل با تیم‌های مراکش، اسپانیا و پرتغال دارای تبعات مثبت بود. شور و نشاط اجتماعی و رضایت‌مندی مردم از بازی‌های تیم ملی و هیجانانگیز بودن جوانان در کوچه و خیابان زیبا و جالب‌انگیز بود.

بافرو کوش کردن این هیجانانگیز، جادداشت با مدیریت اصولی و استفاده بهینه از این فضا حرکت سازنده‌ای را آغاز می‌کردیم، متأسفانه مدیران ورزش و در صدر آن وزیر محترم هم در این فضای هیجانی سیر کرده و بارها نمایش غلط از سوی مشاوران خود به بیراهه رفتند.

درخواست عجیب مسعود سلطانی‌فر وزیر ورزش و جوانان از ستاد کل نیروهای مسلح برای معافیت ۷ ملی‌پوش فوتبال از خدمت سربازی واکنش‌ها و بازتاب‌های متفاوتی در جامعه به همراه داشت. ابتدا سردار کمالی رئیس اداره نیروهای انسانی ستاد کل نیروهای مسلح این درخواست را کاری غیرقانونی و غیرقابل اجرا دانست و معافیت سربازی را مشمول ورزشکارانی قلمداد کرد که قهرمان

جهان می‌شوند. در مرحله بعدی هم مدیران فدراسیون‌های دیگر و ورزشکاران رشته‌های مختلف مخالفت خود را با این درخواست اعلام نمودند.

قدرشناسی از زحمات بازیکنان فوتبال کاری پسندیده است که مردم و علاقه‌مندان این رشته در کوران رقابت‌ها این احساسات پرشور را به عین نشان دادند، اما نادیده گرفتن تلاش دیگر قهرمانان رشته‌های ورزشی و نگاه یکسویه به فوتبال و آن هم از سوی وزیر ورزش تا حدی غیرمترقبه و عجیب می‌نماید!

چگونه است که قهرمانی جهان از سوی تیم‌های نوجوانان در رشته کشتی آزاد و فرنگی در لابلای اخبار و هیجانانگیز ورزشی گم می‌شود و به مشکلات جورواجور تیم‌ها و بازیکنان شرکت‌کننده در بازی‌های آسیایی جاکارتا بی‌توجهی می‌شود، اما به یک باره تمام نگاه‌ها به سمت فوتبال سوق پیدا می‌کند؟

جالب اینکه قبل از اعزام تیم ملی فوتبال به روسیه هم تعدادی از نمایندگان محترم مجلس از وزارت ورزش و فدراسیون فوتبال خواسته بودند، کی‌روش را مجاب کرده تا سیدجلال حسینی و وریا غفوری را به تیم ملی دعوت کند!

اعتقاد داریم برای کسب مقام‌های قهرمانی جهان در رشته‌های انفرادی و رشته‌های تیمی (مسابقات المپیک و آسیایی) باید تابع قوانین و مقررات خاص بود و پاداش‌ها و میزان بخشش‌ها از جمله

معافیت سربازی و پرداخت حقوق ماهیانه به قهرمانان را با توجه به اهمیت آن رشته و مقام حاصل شده در نظر گرفت. چه خوب بود برای ایجاد انگیزه در میان فوتبالیست‌ها، درخواست به این شکل مطرح می‌شد در صورت قهرمانی تیم ملی فوتبال در جام ملت‌ها که پس از ۴۰ سال محقق خواهد شد، این معافیت در نظر گرفته شود و...

